RJ
1548
K82
1789
V.3

士林彝訓卷五

仁和 關槐 晉軒述

律身上

人有此身。便有所以爲人之理。與生俱生。乃天之所賦。而非人力所能爲也。所以凡爲人者。只合講明此理而謹守之。不可昏棄。朱子文集

君子之學。以誠其身。非直爲觀聽之美而已。古之君子。以是行之於身。而推之以教其子弟。莫不由此。此其風俗所以淳厚。而德業所以崇高也。同上

人之一身。萬理咸備。五倫五事。內外粲然。此其負陰抱陽。所以獨尊於庶物也。敦倫之訓。所述綦詳。究之治民獲上信友順親。其道皆以誠身爲本。則自一心存發。以至貌言視聽之間。所爲必自納於矩矱中者。何在可以或忽也哉。以上二條。一原此身所賦之全。一推此身所係之重。文雖甚簡。蘊莫宏焉。故舉以發律身之義。

事有本末。知愚賢不肖者本。貧富貴賤者末。得其本。則末隨。趨其末。則本末俱廢。今行孝悌。本仁義。則爲

賢爲知賢知之人。衆所尊仰。簞瓢爲奉。陋巷爲居。已固有以自樂。人不敢以貧賤而輕之。豈非得其本而末自隨乎。慕爵位。貪財利。則非賢非知。非賢非知之人。人所鄙賤。雖紆青紫。懷金玉。其胸襟未必通曉義理。已無以自樂。人亦莫不鄙賤之。豈非趨其末而本末俱廢乎。陸梭山正本篇

古者大學之道。以修身爲本。凡一事之來。一言之發。必求其所以然。與其所當然。不牽於愛。不蔽於憎。不因於喜。不激於怒。虛心端意。熟思而審處之。雖有不

中者蓋鮮矣。許魯齋語錄

大凡人資質各有利鈍。規模各有大小。此難以一律齊。要須常不失故家風味。所向者正。所存者實。信其所當信。聡其所當聡。持身謙遜而不敢虛驕。遇事審細而不敢容易。如此則雖所到或遠或近。要是君子路上人也。呂東萊文集

善愛其身者。能以一身爲萬載之業。或一日而遺數百年之休。不知自愛者。以其聰明際盛時操名器徒就一己之私而已。所謂如入寶山空手回也。蔡虛齋文集

古今教人做好人只十四字簡妙直切曰君子落得爲君子小人枉費做小人葢富貴貧賤自有一定命數做君子不會少了分內做小人不會多了分外落得者猶云拾得言極其便宜也枉費者猶云折本言極其吃虧也 魏叔子日錄

高忠憲公有言子弟能知稼穡之艱難詩書之滋味名節之隄防可謂賢子弟矣歸安沈司空誡子孫曰故家之子切戒者三曰臭曰滑曰硬子孫類此寧不痛心予謂忠憲舉賢者以爲勸司空指不肖以爲戒

語雖不同。其指一也。欲免司空所戒。當佩服忠憲之言。知詩書滋味。乃免於臭。知稼穡艱難。乃免於硬。知名節隄防。乃免於滑。張楊園訓子語

儒者之學。修身為本。罔間窮通。寧分老少。祗求無忝所生。不負師友。在覆載中。有殊庶物而已。延平先生曰。愛身明道。修己俟時。不可一日忘於心。此其準的也。張楊園東莊約語

人要為人。當思異於禽獸者何處。人要為聖賢。當思異於凡庸者何在。程漢舒筆記

人一心先無主宰如何整理得一身正當人一身先無規矩如何調劑得一家整肅同上

律身之要在於勉爲君子戒爲小人勉爲聖賢戒爲庸衆程之以本然之則約之以不易之規此其所以取義於律也右九條葢總論之而其節目次第之詳具載於左

書不記熟讀可記義不精細思可精唯有志不立直是無著力處只如而今貪利祿而不貪道義要作貴人而不要作好人皆是志不立之病直須反復思量

究見病痛起處。勇猛奮躍。不復作此等人。一躍躍出。見得聖賢所說千言萬語。都無一事不是實語。方始立得志。就此積累工夫。迤邐向上去。大有事在。朱子滄洲精舍諭

立志。要如饑渴之於飲食。才有悠悠。便是志不立。朱子語類

天下之物。有一節之可取。即不爲世之所棄。頑如石。而有攻玉之用。毒如蝮。而有和藥之需。糞其穢矣。施之發田。則五穀賴之以秀實。灰旣冷矣。俾之洗澣。則

衣裳賴之以精潔食鼊之肉甲可遺也南人用之以占年食鵝之肉毛可棄也峒民縫之以禦臘類而推之則天下無棄物矣今人見棄於人總之無志而自棄耳可以人而不如物乎 朱子文集

心不清則無以見道志不確則無以立功 林和靖省心錄

志不立天下無可成之事雖百工技藝未有不本於志者志不立如無舵之舟無銜之馬漂蕩奔逸何所底乎昔人有言曰使爲善而父母怒之兄弟怨之宗族鄉黨惡之如此而不爲善可也爲善則父母愛之

兄弟悅之。宗族鄉黨敬信之。何苦而不爲善。使爲惡而父母愛之。兄弟悅之。宗族鄉黨敬信之。如此而爲惡可也。爲惡則父母怒之。兄弟怨之。宗族鄉黨賤惡之。何苦而必爲惡。諸生念此。可以知所立志矣。王陽明文鈔

凡人志不立則氣昏。是以君子之學。無時無處而不以立志爲事。立志者。精神心思。凝聚於一處。而不復知其有他。然後此志常定。神氣精明。義理昭著。一有私欲。卽便知覺。自然容留不得。故凡一毫私欲之萌。

只責此志不立。則私欲便退聽。一毫浮氣之動。只責此志不立。卽浮氣便消除。或怠心生。責此志卽不怠。修心生。責此志卽不修。以及躁心忿心貪心傲心吝心。一切心生。能責此志。便消除矣。故君子無一息非立志責志之時。無一處非立志責志之地。果能如此。其去人欲。如烈火之燎毛也。同上

人須要立志。初時立志爲君子。後來尚恐變爲小人。若初時不先立下一箇志。則中無定向。便益無所不爲矣。爾等發憤立志。要做君子。則不拘做官不做官。

人都敬之。故第一要先立起志來。楊椒山遺囑

聽好言語。無津津有味之意。便是不曾立志。魏叔子日錄

昔人云。每閒坐。想古人無一在者。何念不灰。余曰。還想古人至今尚在處。何念不憤。魏環溪庸言

昔人云。匹夫一立志。便可參天地。奚必在位哉。一言合天理。是爲代天言。一事合天理。是爲代天工。人之力量原大也。惟在立志以擴充成就之耳。唐翼修人生必讀書

眞西山云。學者能立志自勉。則氣亦從之。孟子曰。志氣之帥也。蓋志強則氣亦強。志惰則氣亦惰。如將帥

之統卒有紀律有號令則士卒雖欲惰而不可得故學者欲去昏惰之病必以立志爲先同上

以上十一條皆論立志葢律身之第一義也釋氏者流每云發願焚香設誓悲切懇誠戒行之嚴自茲而始是亦其立志者然也觀彼荑稗之始生可悟嘉穀所由植庸流靡靡之中蹶然興起是所望於不自棄者

人極重一恥字即盜賊倡優若有些恥意在便可教化若其人雖未大惡或遇羞恥之事恬然可安肆然

不畏則終身必無向善之日推到極不善事亦所肯爲恥字是學人喉關聖人教人與小人轉爲君子皆從恥上導引激發過去人一無恥便如病者閉喉雖有神丹不得入腹矣（魏叔子日錄）

人壞念將起時只覺得可恥便有轉機（程漢舒筆記）

人看得自己貴重方能有恥（同上）

夫子之論士曰行己有恥孟子曰人不可以無恥無恥之恥無恥矣又曰恥之於人大矣爲機變之巧者無所用恥焉所以然者人之不廉而至於悖禮犯義

其原皆生於無恥也故士大夫之無恥是謂國恥顧寧人日知錄

以上四條皆論知恥人必恥爲不善而後爲善之志堅二者正相表裏者也孟子一書所以教人擴充羞惡之良者屢矣而諸儒又切切言之蓋起懦之機莫有大於是者

不聽父命者則爲不孝不聽君命者則爲不忠其或不聽天命者獨無責耶君父之命或在可否之間設教者猶曰勿逆勿怠況乎天命大公至正無有不善

何苦而不受命乎。許魯齋語錄

今鄉村人家中堂之上。必貼天地君親師五字。不知起於何時。人要看得此五字重大。亦不至大無忌憚。程漢舒筆記

常人之畏天在禍福。學者之畏天在是非。常人之畏天。在罪孽難逭之際。學者之畏天。在事機將動之初。同上

天若棄絕人。則差容悅者以驕其氣。天若教道人。則差橫逆者以鍊其心。此處最宜潛修。敬奉天戒。張遂寧敦

行錄

以上四條皆論畏天天者理所從出此而不畏必且肆意妄行此無忌憚之所以為小人也既恥焉而有所不甘又畏焉而有所不敢志其自此益堅而功可次第舉矣

窮理非一端所得非一處或在讀書上得之或在講論上得之或在思慮上得之或在行事上得之讀書得之雖多講論得之尤速思慮得之最深行事得之最實胡敬齋居業錄

窮理須得心專一方有細密工夫方見得透徹若不專一則麄踈草略縱敏者亦畧見彷彿而已 同上

理雖平時窮然必經歷試驗方熟 同上

經一番折挫長一番識見多一分享用減一分智慧加一分體貼熟一分物情 史搢臣願體集

讀書正以明理爲本也理既明則中心有主而天下是非邪正判然矣遇有疑難事但據理直行得失俱可無愧何須問卜求籤祈夢之紛紛哉 同上

古今眞聖賢爲人决不迂腐古今眞豪傑爲人决不

粗疎。同上

以上六條。皆論窮理之功。格物致知。乃入德之始事。是以言知恥畏天之後。即先及之。其道在於辨是非。究眞僞。務使素有定見於中。乃得應念而施。不失事物當然之則。抑此但舉其概而已。至於讀書諸法。前列敬業者已詳。

凡在朋儕中。切戒自滿。惟虛故能受。滿則無所容。人不我告。則止於此耳。不能日益也。故一人之見不足以兼十人。我能取之十人。是兼十人之能矣。取之不

巳。至於百人千人。則在我者可量也哉。許魯齋語錄

人有過失。非其父兄。孰肯誨責。非其契交。孰肯諫諭。泛然相識。不過背後竊議之耳。君子惟恐有過。密訪人之有言。求謝而思改。小人聞人之有言。則好爲强辨。至絕往來。或起爭訟者。有之矣。袁氏世範

人之平居。欲近君子而遠小人者。君子之言。多長厚端謹。此言先入於吾心。及乎臨事。自然出於長厚端謹矣。小人之言。多刻薄浮華。此言先入於吾心。及乎臨事。自然出於刻薄浮華矣。且如朝夕聞人尚氣好

凌人之言。吾亦將尙氣凌人而不覺矣。朝夕聞人遊蕩不事繩檢之言。吾亦將遊蕩不事繩檢而不覺矣。如此非一端。非大有定力。必不免漸染之患也。同上

老成之人。言迂濶。而更事已多。情理自透。後生雖天質聰明。而見識終有不及。後生類以老成爲迂濶。及至年齒漸長。歷事漸多。方悟老成之言。可以佩服。然已在險阻備嘗之後矣。同上

與賢於己者處。則自以爲不足。與不賢於己者處。則自以爲有餘。以爲不足。則日益。以爲有餘。則日損。范敦

夫文集

山上有澤。咸之象也。君子心無私主。有感皆通。若有一毫私意自蔽。則先入者爲主。而感應之機窒矣。雖有所受。未必其所當受。而所當受者。反以爲不合而不之受矣。陳紫峯易說

人生一日。或聞一善言。見一善行。行一善事。此日方不虛生。陳眉公長者言

古人教人聽言。莫精提於伊尹二十一字。曰有言逆於汝心。必求諸道。有言孫於汝志。必求諸非道。凡人

逆心時便覺非道我却先從他是道處求則其道出矣凡人孫志時便覺是道我却先從非道處求則其非道出矣今人逆心便從非道處求孫志便從是道處求安得不好諛護過小人日親君子日遠乎魏叔子日錄

聽言聞過只取其長益於我不可有高下賢愚分别之念尤不可計較進言者品行何如若有教我以正未出於正之想不但阻塞言路便當面錯過幾許明鏡良藥矣同上

人說話先有個他人說的話便不是此種意思只是好勝自己心中如何得有平正日子程漢舒筆記

責我以過當虛心體察不必論其人何如局外之言往往多中每有高人過舉不自覺而尋常人皆知其非者此大舜所以察邇言也史搢臣願體集

先去私心而後可以治公事先平己見而後可以聽人言同上

以上十二條皆論取善之功夫善散於人取資惟我所謂集衆思廣忠益也但品流不一器識

各殊。愚者或有半解之明。智者不無千慮之失。
苟非胸有權衡。則剛愎者固大失之。即虛受者
亦恐未盡得也。此知言所以先貴於窮理歟。
人心莫不有知。惟蔽於人欲。則亡天理也。二程遺書
義利之說。乃儒者第一義。平時豈不講論及此。今欲
措辭斷事。而茫然不知所以爲說。無乃此身自坐在
裏許而不之察乎。此深可懼者。朱子文集
天理人欲之分。只爭些子。故濂溪只說幾字。然辨之
不可不早。故橫渠每說豫字。朱子語類

閒居無事且試自思之其行事有於所當是而非當非而是當好而惡當惡而好自察而知之亦是工夫同上

理義之精微心術之隱奥所差甚微而天理人欲之分君子小人之判自此而決不可不察也黄勉齋文集

胡五峯云天理人欲同行異情此語儘當玩味如飲食男女之欲堯舜與桀紂同但中理中節即為天理無理無節即為人欲陳潛室文集

學者存心行事只以義理為主義所當然雖害不恤

義所不當然雖利不計如此方合乎天理之正若此心一出一入於義利之間終是爲利所勝正如白黑相和黑必掩白薰蕕共器蕕必掩薰立志之初不可不察也眞西山文集

一念之善景星慶雲一念之惡烈風疾雨薛敬軒讀書錄

無事便思有雜念否有事便思有粗氣否得意便思有驕矜否失意便思有怨望否時時檢點到得從有入無方是學問得力處張遂寧敦行錄

以上九條皆論審幾之功蓋理欲之判義利之

分。其介甚微。其途甚遠。學者既研窮於平日。又審察於臨時。此格物致知之終。而誠意之始也。

學始於不欺闇室。（二程遺書）

司馬溫公嘗言吾無過人者。但平生所爲無事不可對人言者耳。（朱子名臣言行錄）

人之善惡。形於言。發於行。人始得而知之。但萌諸心。發乎慮。鬼神已得而知之矣。此君子所以慎獨也。（邵子經世書）

余每夜就枕。必思一日所行之事。所行合理。則恬然

安寢。或有不合。卽展轉不能寐。思有以更其失。又慮始勤終怠也。薛敬軒讀書錄

夫易以溺人汚人者。色與貨也。非禮非義之事。雖甚不良之人。往往畏人之知而不敢肆。苟人所不知之地。一時不勝其利欲之私。則於所不當爲。能保其不爲之乎。若顏叔子之達旦秉燭。若楊伯起之暮夜却金。若司馬君實趙閱道之所爲。無一不可與人言。無一不可與天知。眞能愼獨者也。吳臨川語錄

胡敬齋先生。處家庭。如在朝堂。對妻孥。如對大賓。造

次顛沛未嘗少違。幾微隱約之地。則愈嚴。劉蕺山人譜類記

勿謂一念可欺也。須知有天地鬼神之鑒察。勿謂一言可輕也。須知有前後左右之竊聽。勿謂一事可忽也。須知有身家性命之關係。勿謂一時可逞也。須知有禍福子孫之報應。沈繹堂座右銘

居家格言云。青天白日的節義。自暗室屋漏中培來。旋乾轉坤的經綸。自臨深履薄處得力。譚質菴心鏡編

以上八條。乃論慎獨之功。獨即幾也。因其善惡始動謂之幾。因其一己自知謂之獨。使但曰幾

而已。則恐或不知幾之所在。而尚需之於既著也。故又指爲獨以明之。此大學誠意章所特重。諸儒蓋闡述焉。總之審幾慎獨。皆省察中事也。

既省察。乃可以語克治。

克己。唯在克其所好。便是下手處。然人未有自知所好而能克之者。若不自知。却克箇甚。如好財卽於財上克。好酒卽於酒上克。今人只爲事事皆好。便沒下手處。然須擇其偏好甚處先克。語錄 尹和靖

懷固蔽自欺之心。長虛驕自泰之意。皆好名之故。須

自克之。謝上蔡語錄

謝良佐與伊川別一年。往見之。伊川曰。相別又一年。做得甚工夫。謝曰。也只是去箇矜字。曰何故。曰子細檢點得來。病痛盡在這裏。朱子伊洛淵源錄

今人病痛。大段只是傲。千罪百惡。皆從傲上來。傲則自高自是。不肯屈下。傲之反爲謙。謙字便對症之藥。非但是外貌卑遜。須是中心恭敬。常見自己不是。眞能虛己受人。堯舜之聖。只是謙到至誠處。便是允恭克讓溫恭允塞也。王陽明傳習錄

萬起萬滅之私。亂吾心久矣。今當一切掃除。以全吾湛然之性。薛敬軒讀書錄

心以思為職。或獨坐時。或夜深時。念頭一起。則自思曰。這是好念。是惡念。若是好念。便擴充起來。必見之行。若是惡念。便禁止勿思。方行一事。則思之以為此事合天理不合天理。若是合天理。便行。若是不合天理。便止而勿行。不可為分毫違心害理之事。楊椒山遺囑

心為人一身之主。如樹之根。如果之蒂。最不可先壞了心。心裏若存天理。存公道。行出來便都是好事。便

是君子這邊的人。心裏若存的是人欲。是私意。雖欲行好事。也有始無終。雖欲外面做好人。也被人看破。如根衰則樹枯。蒂壞則果落。故休把心壞了。同上

先儒云。人只有箇天理人欲。此勝則彼退。彼勝則此退。無中立不進退之理。譬如劉項相拒滎陽成皐之間。我進一步。則彼退一步。初學要牢劄定脚。逐漸挨將去。此心莫退。終須有勝時。勝時甚氣象。劉蕺山人譜類記

做人最忌是陰惡。處心尚陰刻。作事多陰謀。未有不殃及子孫者。語云。有陰德者必有陰報。先人有言。存

心常畏天知。吾於斯言。夙夜念之。張楊園訓子語

人心一念之邪。而鬼在其中焉。因而欺侮之。播弄之。晝見於形像。夜見於夢魂。必釀其禍而後已。故邪心卽是鬼。鬼與鬼相應。又何怪乎。人心一念之正。而神在其中焉。因而監察之。呵護之。上至於父母。下至於子孫。必致其福而後已。故正心卽是神。神與神相親。又何疑乎。魏環溪庸言

嗜慾正濃時。能斬斷。怒氣正盛時。能按納。此皆學問得力處。史搢臣願體集

凡遇不得意事。試更取其更甚者譬之。心地自然涼爽矣。此降火最速之劑。同上

貧賤時。妄思富貴。惡念即於此而萌。富貴時。回思貧賤。善心即於此而動。同上

天下美惡妍醜之形。起於事物者固多。起於吾心者不少。蓋心有所主。好惡取舍。先變於中。則事物之美惡妍醜。亦從吾心而變。蘇子瞻過沂陽。聞其猪味極勝。命使者市之。及歸。猪夜逸去。使者畏罪。市他猪以償。紿。子瞻曰。此沂陽猪也。子瞻烹之享客。客皆有一

沂陽於心。無不嘖嘖稱美者。及後事露。始知其非是也。乃自笑焉。故嘗有言曰。食中有蛆。人見之者嘔也。其不見而食者。未嘗嘔也。請察其所從生。察之始知不起於蛆。而起於我心矣。又曰。論八珍者必嚥。言糞穢者必唾。二者實未嘗與我接也。嚥與唾何爲生哉。果生於物乎。果生於心乎。知其生於心也。則雖與之接而不變可也。學者於此。豈可不加克治之功哉。今有人於此。吾愛之。則極口譽之。惟恐人之不信。及既惡之。則極口毀之。惟恐人之不從。何其先後異轍乎。

豈特於人如此於物亦然同一冠也當其高時則見低者而笑倘少低則必艴然不悅矣當其低時則見高者而又笑倘少高則必不樂殊甚矣何其前後異心乎此無他好惡取舍既變於中故物之美惡妍醜亦隨而變心之爲物果若是其無定哉故大學曰欲修其身者先正其心心不正則萬事皆邪僻矣唐翼修人生必讀書

以上十四條皆論克治之功蓋既省察於起念之微卽宜於其邪者僞者治而去之毋使萌芽

滋長於內懲忿窒慾皆其事也此其機利用迅力利用剛如去疾然如破敵然夫是之謂克

涵養須用敬 二程遺書

嚴威儼恪非敬之道但致敬須自此入 同上

主一之謂敬無適之謂一 同上

敬勝百邪無不敬可以對越上帝 同上

動容貌整思慮則自然生敬敬只是主一也主一則既不之東又不之西如此則只是中既不之此又不之彼如此則只是內存此則自然天理明學者須是

將敬以直內涵養此心直內是本同上

問存心曰非是别將事物存心孔子曰居處恭執事敬與人忠便是存心之法如說話覺得不是便莫說做事覺得不是便莫做亦是存心之法朱子語類

九容九思便是涵養同上

真正大英雄人都從戰戰兢兢臨深履薄處做將出來若是氣血粗豪却一點使不著也同上

種樹者必培其根種德者必養其心欲樹之長必於始生時删其繁枝欲德之盛必於始學時去夫外好

如外好詩詞。則精神日漸漏泄在詩詞上去。凡百外好皆然。王陽明傳習錄

心無主宰。靜也不是工夫。動也不是工夫。靜而無主。不是空了天性。便是昏了天性。此大本所以不立也。動而無主。若不猖狂妄動。便是逐物狥私。此達道所以不行也。心已立後。自能了當得萬事。是有主也。胡敬齋居業錄

心具衆理。所患者紛亂放逸惰慢。故須主敬。主一無適。所以整其紛亂放逸。整齊嚴肅。所以救其惰慢。此

存心之要法也。同上

端莊整肅。嚴威儼恪。是敬之入頭處。提撕喚醒。是敬之接續處。主一無適。湛然純一。是敬之無間斷處。惺惺不昧。精明不亂。是敬之效驗處。同上

覺得心放。亦是好事。便提撕收斂。再不令走。便是主敬存心工夫。若心不知下落。茫茫蕩蕩。是何工夫。同上

沈靜非緘默之謂也。意淵涵而態閑正。此謂眞沈靜。雖終日言語。或千軍萬馬中相攻擊。或稠人廣衆中應繁劇。不害其為沈靜。神定故也。一有飛揚動擾之

意。雖端坐寂無一語。而色貌自浮。或意雖不飛揚動擾。而昏昏欲睡。皆不得謂眞沉靜。眞沉靜底自是惺惺。包一段全副精神在裏。呂新吾呻吟語

王心齋曰。纔有所向便是欲。纔有所見便是妄。既無所向。又無所見。便是無極而太極。劉蕺山人譜類記

神氣不收斂。則不能發皇。心思不凝聚。則不能通徹學問不專一。則不能有成。此卽屈伸之理也。引而伸之。觸而通之。凡事皆然。嚴述曾西牕剩話

治心者先忌活。必須操之使常有定。然後加以功夫。

如存理遏欲之類。皆有實效。若縱令此物變動無常。百樣功夫俱無所設。譬如人有一器。欲加修治。必將此器架定。然後可以用力。若任其動轉。則治之者何所措手。定心之法。先從事於硜執。而去機變。直將平時透熟蹊徑着緊塞斷。此處既通行不去。漸有轉頭之幾。正路可望矣。毛稚黃小語

以上十七條。皆論存養之功。學者治心。至存養而益密。此正心所以更進於誠意也。敬之一字。該括渾全。雖復不睹不聞。而戒懼無可息。雖復

不言不動而敬信無敢疎此心於是乎常存矣
抑此與省察克治固若事有後先而實則動靜
交修循環不已讀中庸首末二章其理自明

羅仲素李延年教學者靜坐中看喜怒哀樂以前氣象此便差却既是未發如何看得只存養便是昔呂與叔蘇季明求中於喜怒哀樂未發之前程子非之朱子以爲已發之際即默識其未發之前者則可愚謂若求未發之中看未發氣象則動靜乖違反致理勢危急無從容涵泳意味故古人於靜時只下箇操

存涵養字便是靜中工夫。思索省察是動上工夫。然動靜二端時節界限分明。工夫所施各有所當。不可乖亂混雜。所謂動靜不失其時。其道光明。今世又有一等學問。言靜中不可著箇操字。若操時又不是靜。以何思何慮爲主。悉屏思慮。以爲靜中工夫只是如此。所以流於老佛。不知操字是持守之意。卽靜時敬也。若無箇操字是中無主。悠悠茫茫無所歸著。若不外馳。定入空無。此學所以易差也。胡敬齋居業錄

視鼻端白。以之調息去疾則可。以之存心則全不是。

久必入異教。蓋取在身至近一物以繫其心。如反觀內視。亦是此法。佛家用數珠。亦是此法。覊制其心。不使妄動。嗚呼。心之神靈。足以具衆理。應萬事。不能敬以存之。乃覊於一物之小。置之無用之所。哀哉。同上

敬之畏人也。小雅之詩善言之。集木之不足而如臨于谷。臨谷之不足而如履于氷。敬之畏天也。大雅之詩善言之。天之明則及爾出王。天之旦則及爾游衍。是故敬慎威儀者。柔嘉者也。執事有恪者。温恭者也。嚴威儼肅者。自他人視之。而我非容意焉。今之言敬

者失是而至以聲色厲人不幾於色莊者乎。李安溪觀瀾錄

以上三條亦論存養之功而酌先民未確之指。闢異教亂眞之門。其義至爲精粹。蓋明儒之有敬齋。時賢之有安溪。皆程朱嫡嗣也。其居業觀瀾二錄。多所發明。今摘述之如此。

一或獨居端坐。或對人端坐。或端坐讀書。心之所思。不專靜精警而鶩於他所。曰馳。馳之久而憒然欲睡。曰昏。一或閒居劄記。擬度事務。纏綣難屏。或讀書作字。擾嚮不釋。或應事接物。固滯莫化。曰逐。一或飲食

之欲或狀第之欲或名譽之欲或貨財之欲或宴安之欲或好勝忿怒之欲或居室衣服器用之欲其念過於天理之中正曰邪邪而從其所之曰縱邪縱之時一念自知理欲爭衡而理卒不能勝欲曰狥一或清夜平旦或閒居或讀書或對師友一念思欲振警而旋復頹靡因循悠忽甚則甘於自誘曰懈已上馳昏逐邪縱狥懈七病以一方療之曰主敬平時調養之方曰靜攝 甘楗齋心病說

此一條通論治心之道雖主存養而言其實省

察克治。皆在其中。葢其所謂諸病。兼有動靜故也。愚意療之之方。兼敬與義。斯於道爲尤全。

君子或出或處。歸潔其身而已矣。人之行已各有其志。出處去就雖不同。要看所存如何耳。尹和靖語錄

自古聖賢。皆以心地爲本。朱子語類

高不可欺者天也。尊不可欺者君也。內不可欺者親也。外不可欺者人也。四者既不可欺。心其可欺乎。心不欺。人其欺我乎。林和靖省心錄

世人懷智挾詐。而欲事之善。豈有此理。必盡去人僞

忠厚純一。然後可善其事。至於死生禍福。則一歸之天命而已。人謀孔臧。亦可以保天命。人能攝生。亦可以保神氣。自暴自棄。而有凶禍。皆自取之也。許魯齋語錄

晝坐當惜陰。夜坐當惜燈。遇言當惜口。遇事當惜心。陸桴亭思辨錄

人生自幼至老。無論士農工商。智愚賢不肖。刻刻常懷畏懼之心。如明中畏天理。暗地畏鬼神。終身畏父母。讀書畏師長。居家畏鄉評。做官畏國法。農家畏旱潦。商賈畏虧折。兢兢業業。方了得這一生。史搢臣願體集

體認天理。只在我心安不安。人情妥不妥上。同上

以積貨財之心積學問。以求功名之念求道德。以愛妻子之心愛父母。以保爵位之策保國家。同上

今有人。考其平生。言遵道德。行法先民。宜乎吉祥駢集。而身與家日見衰微者。何故。良由心術之不端也。雖未有損人利己之事。而時懷我强彼弱之思。雖未有殘忍刻薄之行。而時萌幸災樂禍之意。由此觀之。非是不做壞事。乃力量不能做耳。若一朝得志。何憚而不爲哉。如可以行不義而不行。可以作不仁而不

作。纔是心術端方之士。同上

有以名利之說來者。勿問大小。悉宜應以淡心。有以是非之說來者。勿問人我。悉宜處以平心。同上

人只言人心難料。不知自心更難料。人只因人心不平。不知自心更不平。識得自心。方可說人。同上

以上十一條。通論存心之道。前言治心。多在發念之初。此言存心。多在應物之際。葢治心者切要之工夫。而存心者渾全之指趣也。諸儒以不欺無僞言之。大要備矣。

或謂人莫不知和柔寛緩然臨事則反至於暴厲明道曰只是志不勝氣氣反動其心也二程遺書

治怒難治懼尤難克己可以治怒明理可以治懼同上

變化氣質居常無所見惟當利害經變故遭屈辱平時忿怒者到此能不忿怒憂惶失措者到此能不憂惶失措始是能有得力處亦便是用力處天下事雖萬變吾所以應之不出乎喜怒哀樂四者此爲學之要而爲政亦在其中矣王陽明文鈔

英氣最害事渾涵不露圭角最好第一要渾厚包含

從容廣大之氣象只觀其氣象便知涵養之深淺薛敬軒讀書錄
精明也要十分只須藏在渾厚裏作用呂新吾呻吟語
天下之物紆徐柔和者多長迫切急躁者多短故烈風驟雨無崇朝之威暴漲狂瀾無三日之勢催拍促調非百版之聲疾筞緊銜非千里之轡人生壽夭禍福無不皆然褊急者可以思矣同上
萬金之賈貨雖不售不憂販夫閉門數日則愁苦不任矣凡不見知而慍不見是而悶皆中淺狹而養不

厚者也。同上

世間大福德人。必能容人所不能容。忍人所不能忍。若器小福薄人。便蹶然而動矣。劉蕺山人譜類記

賀欽學於陳白沙先生之門。與人言論侃侃。白沙曰。得無鋒芒太露乎。須涵養令深沉和平。於是作書室於後圃。扁書深沉和平四字以自警。同上

凡做人須有寬和之氣。此是陽春景象。百物由以生長。若一向刻急煩細。雖所執未爲不是。不免秋殺氣象。百物隨以凋殞。感召之理有然。天道人事。常相依

也。張楊園訓子語

天地萬物之理。皆始於從容。而卒於急促。急促者。盡氣也。從容者。初氣也。事從容。則有餘味。人從容。則有餘年。唐翼修人生必讀書

凡人負才能而見於言貌。與人議論而好勝。胸中有得輒自言。聞人謗言而輒忿。小有不平即欲鳴。皆由識見不高。故浮氣不能定也。同上

海濶從魚躍。天空任鳥飛。士君子能有此襟懷度量。而後能氣質和平。同上

有容德乃大有忍事乃濟一毫之拂即勃然怒一事之違即憤然發是無涵養之力薄福之人也張遂寧敦行錄

纔舒放便思收斂纔言語便思簡默不可乘喜而多言不可乘快而多事包含則有餘味發露恐難爲繼也同上

以上十五條兼論養氣之道其曰志不勝氣則功之貴乎持志者仍多心以主乎身也自此以下乃統一身言之

去惡而從善舍非而從是人或知之而不能以爲如

制駻馬如斡磻石之難也。靜而思之。在我而已。如轉戶樞。何難之有。司馬溫公語

凡世俗所謂不妨。有例。不見得。未必知。衆人都如此。也是常事之類。皆不可聽。呂東萊雜說

爲善之人。非獨其宗族親戚愛之。朋友鄉黨敬之。雖鬼神亦陰相之。爲惡之人。非獨其宗族親戚惡之。朋友鄉黨怨之。雖鬼神亦陰殛之。故積善之家。必有餘慶。積不善之家。必有餘殃。王陽明文鈔

讀書見一件好事。便思量我將來必定要行。見一件

不好的事。便思量我將來必定要戒。見一箇好人。便思量我將來必要合他一般。見一箇不好的人。便思量我將來切休要學他。則心地自然光明正大。行事自然不會苟且。便爲天下第一等人矣。楊椒山遺囑

易曰積善之家。必有餘慶。積不善之家。必有餘殃。又曰善不積。不足以成名。惡不積。不足以滅身。人之爲善。修其孝弟忠信。只是理所當爲。其不爲不善。亦由此心之良。不敢自喪。非欲徼福慶於天也。然論其常理。吉凶禍福。恒亦由之。不可不畏也。父子兄弟心術

念慮之微夫妻子母幽室牆陰之際勿謂不足動天地感鬼神也天地鬼神不在乎他在吾身心而已張楊園訓子語

忠信篤敬是一生做人根本若子弟在家庭不敬信父兄在學堂不敬信師友欺詐傲慢習以性成望其讀書明義理向後長進難矣同上

自己必無行惡得福行善得禍之理天下必無見善人而怒見惡人而喜之情君子可以自信矣程漢舒筆記

我如爲善雖一介寒士有人服其德我如爲惡雖位

極人臣有人議其過。史搢臣願體集

凶人貪冒無恥。隨處必欲占小利。而人亦畏之讓之。獨怪終身所占小利。必以一事盡喪之。而更過其所占之數。吉人守分循理。不敢妄為。而人亦欺之侮之。故凡事受歉。然冥冥之天。必將以大福之事補之。而浮於其所受歉之數。或及其身。或及其子孫。歷觀往轍。無不然者。唐翼修人生必讀書

書紳要語云。至道之用。嗇鄙細則不可。吉人之詞寡。深密則不可。節俠之生輕。闘狠則不可。通達之財疎。

暴殄則不可。才子之氣高。矜驕則不可。廉吏之守嚴。刻剝則不可。譚質菴心鏡編

以上十條。皆以為善去惡言之。夫善之當為惡之當去。乃自盡其所以有生之理。非他有所冀也。而諸儒每以禍福好惡為言。蓋仰不貪天而必求不愧於天。俯不徇人而必求不怍於人。道固當如是耳。

勉強為善。勝如因循為惡。林和靖省心錄

誠無悔。恕無怨。和無仇。忍無辱。同上

凡做好人自大賢以下皆帶兩分愚字至於忠臣孝子貞女義士尤非乖巧人做得蓋至情之人一往獨到故私意世情不能入其胸中子嘗論朋友知己若無些愚意在終到不得十分至處魏叔子日錄

眞誠者必有應凝靜者必有養寬厚者必有福勤儉者必有成嚴敬者必無失廉謹者必無咎詳慎者必無悔謙和者必無辱甘棲齋夙興語

人之存心忠厚者必立言忠厚立言忠厚者必作事忠厚身必享忠厚之福子孫必食忠厚之報魏環溪庸言

富貴家宜學寛聰明人宜學厚史搢臣願體集

清貴容仁貴斷莫苛刻以傷厚莫磽确以沽名毋借公道遂私情勿施小惠傷大體憑怒徒足損己文過豈能欺人處忙更當以閒遇急便宜從緩分數明可以省事毀譽忘可以清心正直可通於神明忠信可行於蠻貊王朗川言行彙纂

言行擬之古人則德進功名付之天命則心閒報應念及子孫則事平受享慮及疾病則用儉好辯以招尤不若訒默以怡性廣交以延譽不若索居以自全

厚費以多營。不若省事以守儉。呈能以誨妒。不若韜精以示拙。顧東橋二警詞

孝弟忠信禮義廉恥。此八字。是八箇柱子。有八柱。始能成宇。有八字。始克成人。姚承菴家訓

俯仰身世之間。亦多故矣。而其要總貴於自立。能自立。則經權常變。確然有以自守。而不爲事物所搖奪。自立維何。讀書明理。承上率下。保身宜家。其大綱不出謹愼忠厚勤儉六字。嚴述會西䆫剩話

以上十條。又皆專以爲善言之。善之量本無窮。

數亦無盡。隨所因應。各成一端。諸儒錯舉其名。

推類可得。

問向因子夏大德小德之說。遂只知於事之大者致察。而於小者苟且放過。德之不修。實此爲病。張子云。纖惡必除。善斯成性矣。察惡未盡。雖善必粗矣。學者須是毫髮不得放過。德乃可進。朱子曰。若能如此。善莫大焉。以小惡爲無傷。是誠不可。朱子語類

凡人爲不善事而不成。不必怨尤。此乃天之所愛。終無禍患。如見他人爲不善事。常稱意者。不須多羨。此

乃天之所棄待其積惡深厚從而殄滅之不在其身則在其子孫也袁氏世範

凡人之為不善者造物未必即以所為不善之事報之而或別於一事報之別一事又未必大不善也而得禍甚酷此造物報應之機權也唐翼修人生必讀書

以上三條又皆專以去惡言之不以惡小為可寬不以惡成為可羨不以惡報為可疑洵推勘至極之論也學者詳之

問氣質昏蒙作事多悔有當下便悔時有過後思量

得不是方悔時或經久所爲因事機觸得悔時方悔之際惘然自失此身若無所容有時恚恨至於成疾不知何由可以免此朱子曰既知悔時第二次莫恁地便了不消得常常地放在心下那未見能見其過而內自訟底便不是悔底今若信意做去後蕩然不知悔固不得若既知悔後次便改了何必常常恁地悔又曰悔字難說既不可常存在胸中以爲悔又不可不悔若只說不悔則今番做錯且休明番做錯又休不成說話問如何是酌中底道理曰不得不悔但

不可留滯。既做錯此事。他時更遇此事。或與此事相類。便須懲戒。不可再做錯了。朱子語類

恐懼者修身之本。事前而恐懼則畏。畏可以免禍。事後而恐懼則悔。悔可以改過。夫知者以畏消悔。愚者無所畏而不知悔。故知者保身。愚者失身。大哉所謂恐懼也。林和靖省心錄

人之處事。能常悔往事之非。常悔前言之失。常悔往年之未有知識。其德之進。所謂日加益而不自知也。袁氏世範

靜坐然後知平日之氣浮。守默然後知平日之言躁。省事然後知平日之費閒。閉戶然後知平日之交濫。寡欲然後知平日之病多。近情然後知平日之念刻。陳眉公長者言

人不能無差錯念頭。只要扯得轉來。程漢舒筆記

以上五條。皆論悔過。夫人爲善去惡。則其律身之道。大概可覩。然而蹉跌差失之端。未必能盡免也。此而不悔。殆將狃爲固然。善日消而惡日長矣。故復以此諸說繼之。

學者不長進。只是好勝。自己出一言。做一事。便道全是。豈有此理。古人惟貴知過則改。見善則遷。今各自執己見。被人點破。便愕然。所以不如古人。陸象山文集

過雖聖賢不能無。蓋過者過誤之謂也。知其爲過而速改。則無過矣。故論語過而不改。是謂過矣。左傳曰。人誰無過。過而能改。善孰大焉。子貢曰。君子之過。如日月之食焉。過也人皆見之。更也人皆仰之。孟子曰。古之君子。過則改之。今之君子。過則順之。成湯之聖。猶且改過不吝。顏子之賢。猶曰不貳過。以此可見雖

聖賢必以改過爲貴若知其爲過不肯速改則是文過遂非而流於惡矣蓋無心而誤則謂之過有心而爲則謂之惡不待別爲不善方謂之惡只知過不改是有心便謂之惡易曰風雷益君子以見善則遷有過則改天下之至迅疾者莫如風雷故聖人以此爲遷善改過之象此即過勿憚改之意也眞西山文集

夫過者大賢所不免然不害其卒爲大賢者爲其能改也諸生自思平日亦有缺於廉恥忠信之行者乎亦有薄於孝友之道陷於狡詐偷刻之習者乎不幸

或有之。皆其不知而誤蹈。素無師友之講習規飭也。諸生試內省。萬一有近於是者。固亦不可以不痛自悔咎。然亦不當以此自歉。遂餒於改過從善之心。但能一旦脫然。洗滌舊染。雖昔爲寇盜。今日不害爲君子矣。若曰吾昔已如此。今雖改過而從善。將人不信我。且無贖於前過。反懷羞澀疑沮。而甘心於汙濁終焉。則吾亦絕望爾矣。王陽明文鈔

改過之人。如天氣新晴一般。自家固自灑然。人見之亦分外可喜。陸桴亭思辨錄

毋毀衆人之名。以成一己之善。毋役天下之理。以護一己之過。魏叔子日錄

人非聖賢。孰能無過。吾輩發憤爲學。必要實心改過。默默點檢自己心事。默默克治自己病痛。若瞞昧此心。支吾外面。卽嚴師勝友。朝夕從遊。何益乎。湯潛菴語錄

以上六條。皆論改過。蓋悔過者方轉之虛機。改過者更新之實迹。悔而不改。雖悔何功。故又述所聞者如此。至於改過遷善。道本相連。象山西山。亦祇併爲一說。愚意改過者。尚有過之可改。

遷善。則不待有過。而或以善之小而復進於大。或以善之偏而復進於全。德之所以日崇。業之所以日廣也。此又不可不知。

士林彝訓卷六

仁和 關槐 晉軒述

律身下

古之學者。視聽言動無非禮。所以操心也。至於無故不徹琴瑟。行則聞珮玉。登車則聞和鸞。皆欲收其放心。不使惰慢邪僻之氣。得而入焉。楊龜山語錄

凡日用之間。動止語默。皆是行處。且於行處警省。須是戰戰兢兢方可。若悠悠泛泛地過。則不可。朱子語類

古人做工夫極切實。貌曰恭。言曰從。視曰明。聽曰聰。

思曰睿。非禮勿視。非禮勿聽。非禮勿言。非禮勿動。胡敬齋居業錄

五官四肢百體。賅而存焉。謂之身。自外而內。視聽收之。自內而外。言動發之。此理欲所交爭。而繩檢所必事也。學者格致誠正以來。既於爲善去惡。遷善改過。有以立其大綱。則凡身之所具。當有一一致其力者。故述此三條以槪之。

言而無益。不若勿言。爲而無益。不若勿爲。余久知之。病未能行也。司馬溫公

先道而後言。故無不信之言。先義而後行。故無不果之行。胡五峰文集

規矩嚴整。爲助不少。入儒者之門。自當從言規行矩始。陸象山文集

有一言而傷天地之和。一事而折終身之福者。切須檢點。陳眉公長者言

人前做得出的。方可說。人前說得出的。方可做。史搢臣願體集

以上五條。又言一身之中。言行爲大。易傳所謂

樞機是也。學者致功。始於尤悔之寡。而極於坊
表之戒。斯修身之道得焉耳。

以言傷人者。利於刀斧。以術害人者。毒於虎狼。言不可不愼。術不可不愼也。林和靖省心錄

凡一事而關人終身。縱眞見實聞。不可著口。凡一語而傷我長厚。雖閒談偶謔。愼勿形言。劉蕺山人譜類記

好談閨門。及好談悖亂之事者。必爲鬼神所怒。非有奇禍則有奇窮。陳眉公長者言

語有之。一言折盡平生福。此葢指人刻薄之言也。乃

今之人以刻薄之言爲能恬不知警殊爲可駭此風始於近日未知將來作何底止　陸桴亭思辨錄

生人之惡不可言也死者之惡不忍言也　史搢臣願體集

少年不宜收斂太早亦不可聰明太露如花之千葉者必無實以其精發盡也人若開口便刻薄尖酸好議論人者不獨無實且恐根將朽矣　同上

德盛者其心和平見人皆可交德薄者其心刻傲見人皆可鄙觀人者看其口中所許可者多則知其德之厚矣看其人口中所未滿者多則知其德之薄矣

唐翼修人生必讀書

見人學好。多方贊成。見人差錯。多方提醒。見人豐顯。則談其致福之有由。見人苦難。則原其所處之不幸。斯長者之道也。若忌成樂敗。何與人事。徒自壞心術耳。張遂寧敦行錄

以上八條。皆論謹言。而以刻薄之言爲戒。人之口過。此莫大焉。惟君子厚以居心。自無此咎。如其未逮。則必於口之將啟。凜凜乎若對鬼神。庶可力制其非。而漸養此心之厚。如是久之。即聞

此等語於他人。且掩耳而欲走矣。

言。心聲也。故知言者。觀言以知其心。世亦有巧僞之言。險也而言易。躁也而言澹。貪戀也而言閑適。意其言之可以欺人也。然人觀其易澹閑適之言。而洞照其險躁貪戀之心。則人不可欺也。而言豈可僞哉。吳臨川語錄

立意說謊人亦少。多因一時要說得好聽。便生出無數虛誕。自揣言語之間。其不務好聽者鮮矣。魏叔子日錄

先賢云。半句虛言。折盡平生之福。釋氏云。說謊爲第

一罪過。嘗見虛僞之人。從幼穉時。卽喜謊言。及其長也。隨念所起。造爲虛假之論。空中樓閣。雖無意害人。而適逢其害者多矣。安得非罪過之大乎。尤可惡者。其炫耀己之才能學行也。則增一爲十。矜誇粉飾。以爲人可欺也。不知人皆厭聽也。徒增己之醜耳。唐翼修人生必讀書

君子出言以正。存心說謊。開口發咒。皆不可也。史搢臣願體集

以上四條。亦論謹言。而以虛僞之言爲戒。夫虛

僞之言。欲以欺人。而人不可欺。然則適以自欺
而已。其或指天誓日。而狡詐益深。乃賈豎所最
工。實學者之大恥。

俗語近於市。纖語近於娼。諢語近於優。士君子一涉
此。不獨損威。亦難迓福。陳眉公長者言

揑造歌謠。徒損心術。蓋人一聽之。則清淨心田中。已
下一不清淨種子矣。同上

凡作格言莊語。原以勸人爲善。人雖未因其勸而改
弦易轍。即化爲善。善念未必不動。作者之心血。不致

空費。若作淫詞艷曲。雖以戒人爲惡。人乃忽視其戒。癡心想慕。將效爲惡。惡事未必卽行。而作者之造孽實多。史搢臣願體集

造作詩詞歌謠。及新聞小說。以嘲笑時人。譏諷時事。此大關陰隲。君子所不爲。凡有傳聞。當緘口勿言。若驚爲新奇。喜談樂道。口中傳誦不止。有傷忠厚。或且疑爲我作矣。同上

以上四條。亦論謹言。而以淫靡之言爲戒。大凡淫靡之言。自命風流。而實皆鄙穢。所謂莠言自

口者也。君子稱先則古。至味存焉。何苦糞土其言。汚齒牙而不惜也哉。

戲謔不惟害事。志亦爲氣所流。不戲謔。亦是持氣之一端。張子語錄

戲謔之言。出於貧賤人之口。受者不過心懷忿怒。甚或口角是非而已。若富貴之人。其招禍也必大。益我富貴矣。雖戲言之。而彼慮我爲實語也。必畏懼恐慄。輕則多方防我。重則先施毒手矣。唐翼修人生必讀書

凡人語言之間。多帶笑者。其人必不正。史搢臣願體集

閨閫內不作戲言。卽是修身齊家之始。草稿上不寫便字。亦關誠意正心之功。同上

以上四條。亦論謹言。而以戲謔之言爲戒。夫人偶爾詼諧。似非大過。然長侮慢之習。開疑忌之端。卽非所以持己而接物也。故並戒之。

我有寃苦。他人問及。始陳顚末。若胸中一味不平。逢人絮絮。聽者雖貌爲咨嗟。其實未嘗入耳。言之何益。史搢臣願體集

事上言貴約。不可以一事而蔓延取辱。接下言貴簡。

不可以一言而冗長取厭 同上

以上二條亦論謹言而以絮聒之言爲戒益以事干人皆爲失已況其人不必有力不必有情枉費鳴號徒增輕鄙處貧賤者尤宜愼之

多言則背道多慾則傷生 林和靖省心錄

有道德者必不多言有信義者必不多言有智謀者必不多言惟細人狂人佞人乃多言耳 蔡虛齋文集

交接宴會之間人品不齊或行檢有玷或相貌不全或今雖尊顯而出身本微或先世昌隆而後裔流落

言語之間。須留心檢點。切勿犯人忌諱。令其慚愧。不獨自失厚道。亦且結怨於人。史搢臣願體集

人情盛喜時。必率畧於約信。輕易於許人。後日不能踐言。多至僨事。故喜極莫多言也。盛怒時與人言語。顏色必變。詞氣必粗。知我者謂我因怒而氣暴。不知我者謂我怒彼而發嗔。又人怒時。一語不合。即加遷怒。甚且遷怒於毫無關涉之人。故怒極莫多言也。盛醉時心氣昏迷。不辨是非利害。舉生平最密之事。盡吐於人。醒時有茫然不知者。即知而百計挽回。終無

濟也。故醉極莫多言也。唐翼修八生必讀書

多言最使人心志流蕩。而氣亦損。少言不惟養得德深。又養得氣完。張遂寧敦行錄

喜時之言多失信。怒時之言多失體。同上

此六條。又以多言致戒。葢不暇深問是非。而惟以三緘爲主。乃約則鮮失之要義也。

心定者其言重以舒。不定者其言輕以疾。二程遺書

此一條。又以輕言致戒。所謂輕以疾者。不於其詞而於其氣。則論益精矣。

言不可不重也。不見鐘鼓乎。夫鐘鼓。扣之然後鳴。鏗訇鏜鞳。人不以為異也。若不扣自鳴。人孰不謂之妖耶。可以言而不言。猶扣之而不鳴也。亦為廢鐘鼓矣。司馬溫公文集

公明賈云。時然後言。人不厭其言。此語最有味。凡尊長未與我言。而我先自言。不免唐突。言雖是。彼亦忽略不聽矣。與人晉接。其心思不在我。而我強與之言。言雖優。未必信從。詞少直。則取厭矣。過去之事。得失已定。言之無補。追究其失。便令厭聽矣。唐翼修人生必讀書

對人無可說話愼勿强尋閒話來說不是迎承世人求爲歡悅便是自家無着落消遣不過張遂寧敦行錄

此三條又論時然後言之道蓋當默而語當語而默皆非也兩戒其失於道乃全

德盛者言傳文盛者言亦傳二程遺書

凡立言欲涵蓄意思不使知德者厭無德者惑同上

言愈多於道未必明故言以簡爲貴同上

古之德人語句皆自胸襟流出非從領頰拾來如人平居談話不慮而發後之學者譬如鸚鵡學人語言

所不學者則不能耳。李延平語錄

天下事亦要得危言者。亦要得寬緩者。皆不可少。隨其人所見看其人議論。如狄梁公辭雖緩意甚懇切。但中邊皆緩則不可。翕受敷施。九德咸事。聖人便如此做。朱子語類

不妄語。不多語。不道人隱事。不摘人微過。不言己無干涉事。不言人有關係事。論人無拾短而棄長。論己無登枝而忘本。交淺者無與輕言。諷別者無與強言。險刻者無與言衷情。輕疎者無與言密事。勿彈射官

箴勿月旦人品不偏愛憎不信風聞談經濟外寧談藝術可以給用談日用外寧談山水可以息機談心性外寧談因果可以勸善劉蕺山人譜類記

居鄉不談地方官短長立朝不私議政事得失張遂寧敦行錄

古慎言之誡多矣又曰言之不可以已也如是是言當慎不可無也每有多却一言而僨事者亦有少却一言而僨事者故不當言者不可恃勇而敢於發必當言者又不可自沮而偏於默也嘗論記云有餘不

敢盡是指言也而古人儉德避難愼毋爲好是行亦有不敢盡處不足不敢不勉是指行也而子產有辭四國賴之孟子好辯本不得已是言亦有不敢不勉處毛稚黃語小

講學當有言出而躬不逮之恥教人當有不言而存德行之實甘棣齋夙興語

識見每欲深入一層或反入於淺議論每欲高入一層或反入於卑恭不能見理而求勝於人不思致用而徒快於言無益也史搢臣願體集

語言之間最可積德。如見人爲善。以一言贊成之。見人爲惡。以一言諫止之。人有爭訟。以一言勸解之。人有寃抑。以一言辨明之。其德無量。同上

以上十一條。皆論立言之道。學者既知謹言。口過寡矣。然而明道經世。必有所資。非遂可以緘默終也。其存也有物。其發也有倫。於立言其庶幾乎。

論古不詳審是非。專好翻成案。以快一時之吻。最是壞人心術。彼奸邪暴著於後。使人聞聲而生羞惡之

心。忽矯為奇論以易衆聽。則中材怠於慕善。而小人將肆其不肖矣。不可以不慎也。翻案者。如以王敦為可兒。以秦檜為再造宋。以武后為能行非常。惜王介甫不竟其用之類是也。毛稚黃語小

事後論人。局外論人。是學者大病。事後論人。每將知人說得極愚。局外論人。每將難事說得極易。二者皆從不忠不恕生出。魏叔子日錄

局外而訾人短長。吹毛索垢。不留些子餘地。試以己當其局。未必能及其萬一。薛敬軒曰。在古人之後。議

古人之失則易居古人之位爲古人之事則難唐翼修人生必讀書

耳雖聞目不親見者不可從而言之流言可以惑衆若文其言而貽後世恐是非邪正之失實矣張遂寧敦行錄

論理要精詳論事要剴切論人要渾厚同上

以上五條又論論古之言中正爲宜

凡諫說於君論辨於人理勝則事明氣怒則招拂二程遺書

與人言宜和氣從容氣怒則不平色厲則取怨薛敬軒讀

書錄

以上二條。又論納誨之言。和平爲要。

學貴力行。不貴空言。尹和靖語錄

學之之博。未若知之之要。知之之要。未若行之之實。朱子語類

身勞而心安者爲之。利少而義多者爲之。同上

人須在事上磨鍊做工夫。乃有益。若只好靜。遇事便亂。連那靜時工夫亦差。王陽明傳習錄

以上四條。皆論篤行之指。其所當行之事。散見

別條

事至於過當。便是僞。朱子語類

切莫做識得破忍不過的事。陸桴亭思辨錄

我不識何等爲君子。但看每事肯吃虧的便是。我不識何等爲小人。但看每事好便宜的便是。魏叔子日錄

當爲天下不可少之人。莫作天下不可常之事。當思心上過不去之事。勿萌事上行不去之心。史搢臣願體集

矜才招忌。負望身危。黃絹幼婦。楊修所以自殺。使君與孤。昭烈所以見疑。惟有才而不露。有望而不居。斯

居身之珍乎。張遂寧敦行錄

立功不可太速。疾惡不可太嚴。聽言不可太輕。處己不可太峻。同上

以上六條。皆論愼行之指。其所不當行之事。亦散見別條。

人心常炯炯在此。則四體不待羈束而自入規矩。只爲人心有散緩時。故立許多規矩來維持之。但常提警教身入規矩內。則此心不放逸而炯然在矣。心既常惺。又以規矩繩檢之。此內外交養之道也。朱子語類

或問色容莊甚難。朱子曰。心肅則容莊。非是外面做那莊出來。同上

萬思默曰。凡物誘人。色爲甚。人爲誘所入。目爲甚。故養神之道。全在收視。收視者。非瞑目不視。葢常不欲盡視也。如所謂平視。含光之意。此養德養身之至要。語云。平視則心柔。甚有味。劉蕺山人譜類記

徐積初見胡安定。頭容稍偏。安定厲聲曰。頭容要直。徐驚起自思。不特頭容要直。心亦要直。自此不敢有邪心。同上

有學者每相揖畢。則縮左手袖中。晦翁曰。公常縮着一隻手。便不是舉止模樣。同上

鄉先輩陶庸齋篤尙理學。每見門弟子有交股時。輒正色讓之曰。小交則小不敬。大交則大不敬。同上

呂原明嘗言後生初學。且須理會氣象。氣象好時。百事自當。氣象者。辭令容止。輕重疾徐。足以見之矣。不惟君子小人於此爲分。亦貴賤壽夭之所由定也。同上

何晏之粉白不去手。行步顧影。鄧颺之行步舒緩。坐立傾倚。謝靈運之每出入自扶接者常數人。後皆誅

死。而魏文帝體貌不重。風尚通脫。是以享國不永。且後祚短促。史皆附之五行志。以爲貌之不恭。昔子貢於禮容俯仰之間。而知兩君之疾與亂。夫有所受之矣。子曰。君子不重則不威。學則不固。揚子法言曰。言輕則招憂。行輕則招辜。貌輕則招辱。好輕則招淫。顧寧人日知錄

人視瞻須平正。上視者傲。下視者弱。偷視者奸。邪視者淫。惟聖賢則平瞻正視。所謂存乎人者。莫良於眸子也。陸桴亭思辨錄

人相生於天。然語有之。有心無相。相逐心生。有相無心。相隨心滅。知上視之非。則去其傲。知下視之非。則去其弱。知偷視之非。則去其奸。知邪視之非。則去其淫。心既平正。則視瞻不期平正。而自無不平正矣。此之謂修身。此之謂欲修其身者。先正其心。同上

學者平日在家中。一舉一動。輕率苟且慣了。一入於衣冠禮樂之塲。便覺耳目無所加。手足無所措。豈不可恥。程漢舒筆記

揖讓周旋。雖是儀文。正以觀人之敬。忽其在少年。尤

當兢兢守禮。不得一味率眞。史搢臣願體集

禮節雖是虛文。爲人不可不習熟。即如趨揖拜跪安席告坐之類。素不留心。驟一登場。必然手足無措。同上

古銘云。恭則壽。此是實理。我嘗見龐眉鶴髮之人。必有謙抑恭敬。沉潛簡重之色。彼輕浮驕肆者。往往夭折。自古才子。不永其天年。總是器小自滿耳。此理毫釐不爽。後生有才者。宜再思之。唐翼修人生必讀書

以上十四條。皆論愼舉止正容貌。蓋所以除輕躁之習。而養厚重之風者也。學者於此。內主敬

以立其基。外謹禮以端其範。可以不忒而有常矣。

畋獵聲色之娛。易入而難返。車服口體之奉。相尚而不厭。皆非逸豫安樂之道也。林和靖省心錄

謝上蔡云。某色慾已斷二十年矣。蓋欲有爲。必須强盛方勝任。故斷之也。問於勢利何如。曰打透此關十餘年矣。謝上蔡語錄

酒色之類。使人志氣昏酣荒耗。傷生敗德。莫此爲甚。俗以爲樂。余不知果何樂也。惟心清慾寡。則氣平體

胖樂可知矣。薛敬軒 讀書錄

害身莫甚於色。故色爲聖人所豫戒。書曰。不邇聲色。孔子曰。戒之在色。未有邇而能戒者也。羅念菴 筆記

養神之道非一。而收視爲要。養氣之道非一。而寡言爲要。養精之道非一。而遠色爲要。嚴正邪白 雲小言

王少河云。好色好鬬好得。禽獸別無所長。只長此三件。君子所以戒之。陳眉公 長者言

昔人云。見利思義。見色亦當思義。則邪念自息矣。四十二章經數語甚好。老者如母。長者如姊。少者如妹。

幼者如女敬之以禮予少時常樂誦此數語然細味之猶有解譬降伏之勞若能思義則男有室女有家自不得一毫亂動何煩解譬降伏陸桴亭思辨錄

使君自有婦羅敷自有夫語婉而嚴可爲見色思義之助同上

范文正公每日必念自己一日所行之事與所食之食能相準否相準則欣然否則不樂終日必求補過此可爲吾人飲食之法同上

語云醉之酒以觀其德此言甚好人雖有德醉後則

不能自持亦白璧之瑕也於此自持則無之或失矣。同上

古人淡薄明志。膏粱之習。克治宜先。長白山虀粥。可取法也。今卽未能尙師其意。日以蔬食爲主。間佐魚肉。然總不得兼味。張楊園東莊約語一

養生之道。當先寡慾。世以寡慾爲難者。皆愚癡之見也。試於無人之地。獨行獨卧。日則以書史爲玩。夜則以寧靜存心。眼前旣無亂境。胸中亦無妄念。如此半年三月。待其精氣內固。則慾念自消矣。語云精全者

不思慾。眞名言也。史搢臣 願體集

人生不能無寢食二事。日不甘食。夜不安寢。則病生。今人以酒奪食。以色忘寢。甚且既醉之餘。繼之戕賊。宿醒未解。又復沉酣。如是之人。未有能中壽者。此可憐也。同上

昔人云。寡慾者。養生之要也。人生慾事寡。則少病而多壽。至老耳目聰明。齒髮不落。惟縱慾之人。必多疾而早夭。蓋百邪皆乘虛而入。入輕則易愈。入重則難痊。極重則死矣。郭開符曰。三十以前。不知愛惜精神。

我去尋疾病四十以後。纔知愛惜精神。疾病又來尋我。是以少之時。血氣未定。戒之在色。唐翼修人生必讀書

昔人云。心和氣靜。寡欲節食。自是長生丹方。若異端外道。徒惑人耳。不可信也。張遂寧敦行錄

以上十五條。皆論遠聲色。節飲食。盖所以袪紛華之累。而存淡定之天者也。學者於此。禮以防淫。命以防欲。庶幾養德養身之兼善也夫。

學者須要有廉隅牆壁。便可擔負得大事去。如子路。世間病痛都沒了。親於其身爲不善。直是不入此大

者立也。朱子語類

讀書則實究其理。行己則實踐其迹。念念向前。不輕自恕。則在我者雖甚孤高。然與他人元無干預。亦何必私憂過計。而陷於同流合污之地乎。朱子文集

讀屈子離騷之篇。乃知堯舜所以行出乎人者。以其耿介。同乎流俗。合乎污世。則不可與入堯舜之道矣。顧寧人日知錄

非禮勿視。非禮勿聽。非禮勿言。非禮勿動。是則謂之耿介。反是謂之昌披。夫道若大路然。堯桀之分。必在

乎此同上

人以立品爲重。若存一點沽名黷貨之心。便非正大光明氣象。若有一件慚衾愧影之事。便非泰山北斗規模。史搢臣願體集

名節至重。窮而在下。不可妄交匪類以壞名節。達而在上。不可依附權勢以壞名節。昔揚子雲。大儒也。以不拒王莽而士林輕之。柳子厚。奇才也。以不遠王叔文而正人薄之。故君子於交遊之際。不可不致愼也。唐翼修人生必讀書

先哲云。士人立身。事事從砥勵名節勤學好問起念。則嗜慾自淡。嗜慾淡。則費用自省。費用省。則營求可少。營求少。則品行自高。品行高。則人望之如泰山北斗。同上

以上七條。皆論立品。蓋統一身言之。以道自重。以禮自持。介然卓然。不牽流俗。此之謂立品。

學者當常以志士不忘在溝壑爲念。則道義重而計較死生之心輕矣。況衣食至微末事。不得未必死。亦何用犯義犯分。役心役志。營營以求之耶。某觀今人。

因不能咬菜根而至於違其本心者衆矣。可不戒哉。朱子語類

非義而富貴。不若守道而貧賤。胡敬齋居業錄

人於貧窮患難之日。在族黨固有救卹之義。在己愈當奮勵忍苦支撑。不可因而失足。及怨尤於人。此際站立得住。便有來復之機。張楊園訓子語

成德每在困窮。敗身多因得志。魏環溪庸言

貧不足羞。可羞是貧而無志。賤不足惡。可惡是賤而無能。老不足歎。可歎是老而虛生。死不足悲。可悲是

死而無補。史搢臣願體集

以上五條皆論勵節砥品之旣立又必試之難處之境而益堅富貴不能淫貧賤不能移威武不能屈乃其類也。

富貴自有定分。造物者旣設爲一定之分。又設爲不測之機。使天下之人。朝夕奔趨。老死而不覺。不如是。則人生天地間。全然無事。而造化之術窮矣。然奔趨而得者。不過一二。奔趨而不得者。蓋千萬人。世人終以一二者之故。至於勞心費力。老死無成者多矣。不

知他人奔趨而得。亦其定分中所有者。雖不奔趨。亦終必得。前輩謂死生貧富。生來注定。君子贏得爲君子。小人枉了爲小人。此言甚切。人自不知耳。袁氏世範

禍福榮辱。生死貴賤。如寒暑晝夜相代之理。若以私意小智。妄爲迎避。大不可也。許魯齋語錄

命應富貴者。美事忽然而至。無意而得。頭頭湊合。非其才智之巧也。命也。命應貧賤者。美事將成忽敗。縱得必失。局局乖違。非其才智之拙也。亦命也。處順境者。不可自誇其能。處逆境者。不可徒增怨恨。史搢臣願體集

貧賤時。眼中不着富貴。他日得志必不驕。富貴時。意中不忘貧賤。一日退休必不怨。同上

安莫安於知足。危莫危於多求。貴莫貴於不貪。賤莫賤於多欲。同上

德業常看人勝於我者。則愧恥自增。境界常看人不如我者。則怨尤自寡。同上

慎風寒。節嗜慾。是從吾身上却病法。省憂愁。戒煩惱。是從吾心上却病法。同上

無病之身。不知其樂也。病生。始知無病之樂。無事之

家不知其福也。事至始知無事之福。同上

人生世間。自幼至壯。至老。如意之事常少。不如意之事常多。雖大富貴人。天下之所仰羨以爲神仙。而其不如意事。各自有之。與貧賤者無異。特所憂患之事異耳。從無有足心滿意者。故謂之缺陷世界。能達此理而順受之。則雖處患難中。無異於樂境矣。唐翼修人生必讀書

何士明曰。功名富貴。固自讀書中來。然其中有數。非人力所能爲。苟人力可爲。將盡人皆貴顯矣。嘗見人

家子弟一讀書就以功名富貴爲急。百計營求。無所不至。求之愈急。其品愈汚。緣此而辱身破家者多矣。至於身心德業。所當求者。反不能求。眞可惜也。吾謂讀書者。當朝溫夕誦。好問勤思。功名富貴。聽之天命。惟舉孝弟忠信。時時勵勉。苟能表帥鄉閭。教導子姪。有禮有恩。上下和睦。卽此便足尊貴。何必登科及第。然後謂之出人頭地也。同上

高年享富貴之人。必少壯時嘗歷艱辛。未有自少享富貴安逸至老者。早年登科。必於中年齟齬。或仕宦

無齟齬。亦必其生事窘薄。憂饑寒。慮婚嫁。若早年宦達。不歷艱辛。及承父祖生事之厚。更無不如意者。多不獲高壽。造物乘除之理類如此。此間亦有始終享富貴者。乃是大福之人。亦千萬中一二而已。今人往往機心巧謀。皆欲不受辛苦。卽享富貴以至終身。而又非理計較。欲爲其子孫計。尤大惑已。張遂寧 敦行錄

人能知足。則隨地可以自安。同上

以上十二條。皆論安分。益得失窮通。惟天所定。

此羸彼絀。萬不能齊。卽或大致畧同。而大小遲

速之間。一若各有限量者然。所謂分也。衆人於此。逐逐營營。適以瘁其心思。而虧其品行何如

隨遇而安之爲得哉。

處患難。知其無可奈何。遂放意而不反。非安於義命者。二程遺書

人多言安於貧賤。其實只是計窮力屈才短。不能營畫耳。若稍動得恐未肯安之。須是誠知義理之樂於利欲也乃能。張子語錄

天下事。大患只是畏人非笑。不養車馬食粗衣惡。居

貧賤皆恐人非笑不知當生則生當死則死今日萬鍾明日棄之今日富貴明日饑餓亦不卹惟義所在同上

受形天地各有定數治亂窮通斷非人力惟當守吾之正而已然而愛身明道修己俟時則不可一日忘於心此聖賢傳心之要法或者放肆自佚惟責之人不責之己非也李延平語錄

以利害禍福言之此是至粗底此處人都信不及便講學得待如何亦沒安頓處今人開口亦解說一飲

一啄自有分定。及遇小小利害。便生趨避計較之心。古人刀鋸在前。鼎鑊在後。視之如無物者。葢緣只見得這道理。不見那刀鋸鼎鑊。朱子語類

謀利而遂者不百一。謀名而遂者不千一。今處世不能百年。而乃徼幸於不百一不千一之事。豈不癡甚矣哉。就使遂志臨政不明仁義之道。亦何足爲門戶之光耶。陸梭山正本篇

處己有道則行艱難危險之中。無所不利。失其道。則有不能堪而忿慾興矣。是以君子貴有德也。胡五峰文集

官爵富貴在人。謂之儻來。道德仁義在己。謂之自得。儻來者止以驕妻妾。自得者可以藐公卿。君子所以修天爵而人爵從之。林和靖省心錄

凡事物之際有兩件。有由自己的。有不由自己的。由自己的有義在。不由自己的有命在。歸於義命而已。許魯齋語錄

鑑明王先生曰。功名心須是放淡。予問何以能淡。曰。只是安箇命字。予曰。命字上須再加箇義字。陸桴亭思辨錄

修德行道。盡其在我。窮通得喪。俟之自天。營營一生。

枉爲小人者何限。流俗坑塹。陷溺實深。探湯履虎。未足爲喻也。張楊園澉湖塾約

人之享用。必視乎德。富貴福澤。厚吾之生。惟大德爲克勝之。德薄則弗克勝。禍至無日矣。貧賤憂戚。玉汝於成。惟修德可以逭災。恐懼可以致福。通計天下之人。苦多於樂。人之一生。亦當使苦多於樂。只看果實未來甘者。先必苦澁酸辛。是以始於苦者。當卒乎甘。未有終始皆甘者。人當困厄之日。不可怨天尤人。當思動心忍性。生於憂患之意。若遇適意。不可志驕氣

滿。當懍懍慄慄危懼。將墜深淵之心。張楊園訓子語

凡有望於天者。必先思己之所作。凡有望於人者。必先思己之所施。如敬天地。忠君王。孝父母。尊師長。和夫婦。友兄弟。信朋友。篤親戚。睦鄉黨。此數者。人倫之根本。逐一體行。固非取必於報應。而福祿自綿遠於無窮矣。史搢臣願體集

以上十三條。皆論守義。蓋以但言安分。則豪放者之達觀。庸靡者之因任。亦皆似之。豈遂足爲知命之君子乎。素位而行。修身以俟。學道者當

如是矣。故言命。又言義。其說始全。

窮達禍福。固有分定。枉道以求之。徒喪所守。愼勿爲也。余以孤忠自信。未嘗有貲緣憑藉。而每遭人主爲知己。今忝三公。所恃者公道與神明而已。韓魏公家戒

人幼時不可令衣絲綺。嘗食肥甘。蓋幼年衣食所費無幾。父母最易驕養其子。到後長大。其費不給。服粗茹淡。遂覺難堪。至養蒙當教淡薄。又不待論。人平日食用不可求精。臥處不可求安。蓋平常無事。尚是易爲。若當疾病患難。稍不如意。倍增苦惱。至學問無求

安飽。又不待論。魏叔子日錄

終日安坐。未饑而飯至。未寒而衣添。飲酒食肉。呼奴使婢。居有華堂。出有舟輿。可謂色色如意。不於此爲善。更且使性氣。縱喜怒。有此子事。便不耐煩。甚至行造罪孽。豈不可惜。嘗念及此。久久自然寡過。史搢臣願體集

凡人無不好富貴。不知富貴二字。豈是容易享受。其上以道德享之。其次以功業當之。又其次以學問識見駕馭之。如道德不足享。功業不足當。學問識見不足駕馭。雖得富貴。何能安享。每見富貴之去。必有禍

患以驅之。是以君子每兢兢業業以保守之。非畏富貴之去也。正懼禍患之來也。同上

以上四條皆論惜福。蓋安分守義。固兼所遇順逆言之。而指貧賤憂戚爲多。故此又專言處順境之道。或疑惜福二字。似乎釋老所談。不知履滿思謙。處福思下。古昔聖賢。未有易此者也。又何疑焉。

浮議雖不足恤。亦可以恐懼修省。是他山之石。可以攻玉也。胡敬齋居業錄

學須反己若徒責人只見得人不是不見自己非何益惟能反己方知自己有許多未盡處奚暇責人舜能化得象傲其機括只是不見象之不是若舜只要正他姦惡就見得象不是矣象是傲人必不肯相下如何感化得他王陽明文鈔

君子之學務求在己而已毀譽榮辱之來非獨不以動其心且資之以爲切磋砥礪之地故君子無入而不自得正以其無入而非學也若聞譽而喜見毀而戚則將皇皇於外惟日之不足矣其何以爲君子劉蕺

山人譜類記

昔有兩人相詬於衢。甲曰你欺心。乙曰你欺心。甲曰你沒天理。乙曰你沒天理。王陽明先生聞之。謂門弟子曰。小子聽之。兩人諄諄講學也。門人曰。詬也。焉爲學。先生曰。汝不聞乎。曰心。曰天理。非講學而何。曰。旣講學。又焉詬。曰。夫夫也。惟知求諸人。不知反求諸己故也。同上

或問君子聞譽亦以爲喜耶。曰。聞譽而我有其實。非譽也。名稱其實也。此而不喜。非人情。但不以此自矜

耳。若聞譽而我無其實。則慚愧不暇。而何敢喜焉。陸桴亭思辨錄

每見有才氣人。說到他人是者。猶多不滿。說到自己短處。猶有所長。以此見自反之難。程漢舒筆記

看他人錯處。時時當返觀內省。同上

說他人是非處。時時將自己一一勘驗。同上

聞譽慮其或無。聞毀慮其或有。是為己之學。魏環溪庸言

常把自己說的好話。一一自問。你既不行。誰教你說出來。同上

凡事只可罪己。不可尤人。薛文清云。不忮不求。何用不臧。是守身常法。不可不三思。蔡梁村示子弟帖

盡其在我四字。可以上不怨天。下不尤人。亦可以仰不愧天。俯不怍人。史搢臣願體集

凡有望於人者。必先思己之所施。凡有望於天者。必先思己之所作。此欲知未來。先察已往。同上

凡人才不足則多謀。識不足則多事。威不足則多怒。信不足則多言。勇不足則多勞。明不足則多察。理不足則多辯。情不足則多儀。數者皆宜自反。同上

聖賢無他長。只是見得己多未是。所以孜孜悔過遷善。而爲聖賢。凶惡之所短。只是見得自己是。而人多不是。所以刻刻怨物尤人。而爲凶惡。語云。世人皆言人心難測。而不知己之心更難測。世人皆言人心不平。而不知己之心更不平。苟非細察。安得知之。唐翼修人生必讀書

一味見人不是。則兄弟朋友妻子以及僮僕下愚。到處可憎。故每事自反。眞一帖清涼散也。張遂寧敦行錄

以上十六條。皆論反心之學。學而至於謹言行。

安義命所以律身之道全矣然而省身克己之心不可一日間也故本下學之自反者而究言之所謂始終惟一時乃日新道蓋如此

士君子盡心學道使海內少他不得則天亦自然少他不得即此便是立也 陳眉公長者言

能知足者天不能貧能無求者天不能賤能外形骸者天不能病能不貪生者天不能死能隨遇而安者天不能困能造就人才者天不能孤能以身任天下後世者天不能絕 魏叔子日錄

治家勤儉者天不能貧立品高潔者天不能賤居心淡泊者天不能病制行精嚴者天不能殀史搢臣願體集

相由心生看相決不如看心命由心造立心即可以立命同上

執拗者福輕而圓融之人其祿必厚操切者壽夭而寬厚之士其年必長故君子不言命養性即以立命亦不言天盡人自可回天張遂寧敦行錄

以上五條皆言立命之學君子篤志自修道充德盛正己可以及物盡性可以達天由是宇宙

生乎心。而造化在乎手矣。人之能事。於是爲至。

而實不外律身而得之也。下學之功。烏容已哉。